

9^o TRIATLÓN

SPRINT

UNIVERSIDAD DE GRANADA

750 m natación | 23 km bicicleta | 5 km carrera.

08 . 06 . 2024 | 11:00H

EMBALSE DE CUBILLAS
CAMPUS NÁUTICO
UNIVERSIDAD DE GRANADA

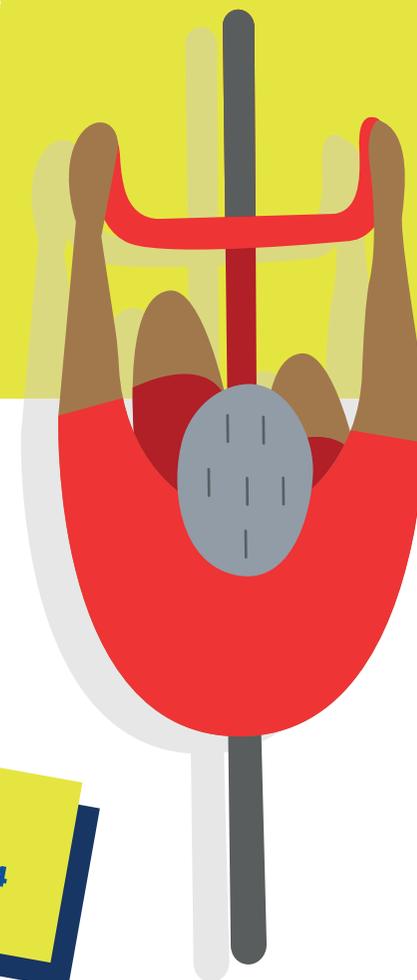
CATEGORÍAS:

JUVENIL JUNIOR
SUB-23, SENIOR

VETERANO 1-5
PARALÍMPICA
UNIVERSITARIA

+INFO:
SLUGR.ES/TRIATLON2024

V CIRCUITO PROVINCIAL "CRUZANDO LA META"



COLABORA:



UNIVERSIDAD DE GRANADA

BIENVENIDOSIAS

1. INFORMACIÓN GENERAL

2. CHECK-IN

3. CÁMARA DE SALIDA

4. SECTOR NATACIÓN

5. TRANSICIÓN 1

6. SECTOR CICLISMO

7. TRANSICIÓN 2

8. SECTOR CARRERA

9. ENTRADA A META

INFORMACIÓN GENERAL

IMPORTANTE



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

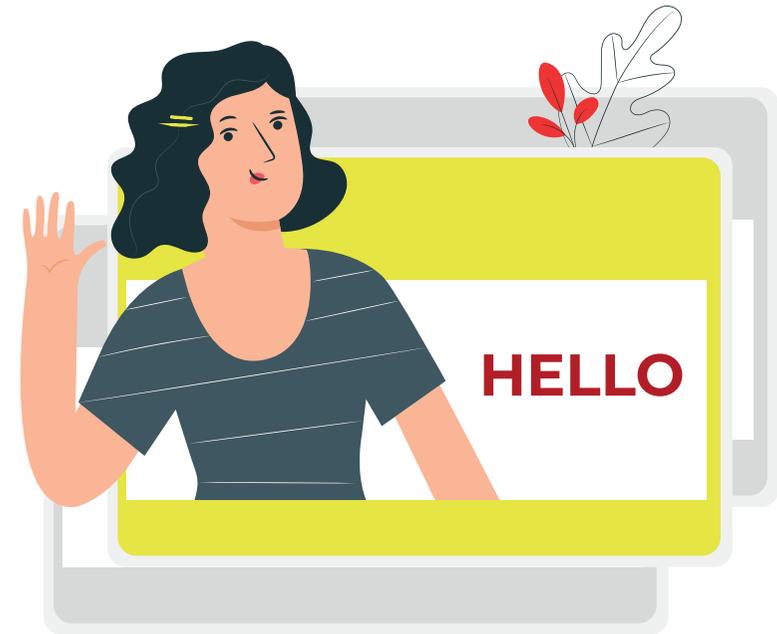
INFORMACIÓN GENERAL

→ FORMATO DE COMPETICIÓN

- 750 m de natación
- 20 km de ciclismo
- 5km de carrera

→ CHECK-IN

- Sábado 8 de junio de 9:30 a 10:30



No olvides tu licencia/DNI ni el material a utilizar: bicicleta, portadorsal, casco, zapatillas, etc, ... Deja en el área de transición solo el material de competición.



HABRÁ SERVICIO DE ROPERO



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

INFORMACIÓN GENERAL

→ PROHIBIDO ACCESO EN VEHÍCULO AL CAMPUS NÁUTICO

Sólo podrán acceder vehículos autorizados (ambulancia, cronometraje, trabajadores de la universidad, etc).

Las zonas habilitadas para aparcar se muestran en la imagen, teniendo que bajar caminando hasta el recinto de la prueba.

→ UNA VEZ FINALICE LA PRUEBA, SÍ SE PODRÁ ACCEDER AL PARKING.

PROHIBIDO PERNOCTAR EL DÍA ANTERIOR A LA PRUEBA DENTRO DEL CAMPUS NÁUTICO CON CUALQUIER TIPO DE VEHÍCULO



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

INFORMACIÓN GENERAL

→ SOBRE DEL CORREDOR

Estará en tu cesta dentro de T1 con:

- Gorro de natación numerado.
- Camiseta regalo.
- Dorsal.
- Chip.
- Pegatinas: tija, casco, cesta y guardarropa.



CHECK-IN



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

CHECK-IN (EN ZONA DE CABAÑAS)

- **SÁBADO 8 DE JUNIO DE 9:30 A 10:30**
- **Prohibido el uso de “acoples” de ningún tipo**
- **Prohibido “bidones” detrás del sillín**
- **Prohibido ruedas de menos de 12 radios**
- **Durante toda la prueba, se tiene que llevar el torso cubierto**
(incluido el sector de natación).



!!! TRAE TU LICENCIA O DNI !!!

CÁMARA DE SALIDA

SECTOR NATACIÓN



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

CÁMARA DE SALIDA (UBICADA EN EL PANTALÁN)

→ RECORRIDO A NADO

- Se puede calendar previamente en el agua.
- El uso prohibido, opcional u obligatorio del neopreno, lo decidirá la federación una hora antes del comienzo de la prueba, en función de la temperatura del agua y siguiendo el reglamento de competición vigente.
- Las dos boyas que forman el circuito deben dejarse siempre a tu DERECHA.
- El número de dorsal en el gorro irá puesto en el lado DERECHO de la cabeza, coincidiendo con el paso de las boyas.



TRANSICIÓN 1

**NATACIÓN A
CICLISMO**



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

TRANSICIÓN 1 (NATACIÓN A CICLISMO)

- AL SALIR DEL AGUA SIGUE LA MOQUETA QUE TE LLEVA A LA TRANSICIÓN DONDE DEJARÁS: EL GORRO Y LAS GAFAS (*y neopreno en caso de utilizarlo*).
- NO OLVIDES PONERTE EL PORTADORSAL Y EL CASCO.
- COGE TU BICI Y SIGUE LAS INDICACIONES.
- SÚBETE A LA BICI PASADA LA LÍNEA DE MONTAJE.



SECTOR CICLISMO



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

SECTOR CICLISMO

- **COLÓCATE EL DORSAL HACIA ATRÁS DURANTE EL SECTOR CICLISMO**
- **CIRCULA SIEMPRE POR TU DERECHA**
- **AUNQUE EL CIRCUITO ESTÁ CERRADO AL TRÁFICO... ¡¡¡SÉ PRUDENTE!!!**
- **RECUERDA: DRAFTING PERMITIDO SOLO ENTRE PERSONAS DEL MISMO GÉNERO**
- **BAJADA PRONUNCIADA EN EL KM 11 ASÍ QUE EXTREMA LA PRECAUCIÓN**



UNIVERSIDAD
DE GRANADA



TRANSICIÓN 2

**CICLISMO A
CARRERA**



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

TRANSICIÓN 2 (CICLISMO A CARRERA)

➔ SIGUE LAS INDICACIONES PARA INCORPORARTE RÁPIDO A LA CARRERA



**METE TODO EL MATERIAL
EN LA CESTA**

**COLÓCATE EL DORSAL
DELANTE**



**¡¡¡QUÍTATE EL CASCO
Y A CORRER!!!**

9



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

SECTOR CARRERA



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

SECTOR CARRERA

→ CARRERA A PIE

DIFERENTES MANERAS DE SEÑALIZACIÓN DEL CIRCUITO:

- Encintado, con cinta de balizar.
- Troncos a ambos lados formando un camino (como la imagen superior derecha).
- Piedras a ambos lados del suelo formando un camino (como la imagen inferior derecha).
- Habrá un avituallamiento con vasos de agua en el campo de fútbol.
- Coger un vaso y posteriormente tirarlo en la zona habilitada para los residuos.



SECTOR CARRERA

→ CARRERA A PIE

- Hay que dar DOS VUELTAS al circuito.
- En este punto encontraréis dos direcciones: 2ª Vuelta o meta.
- Cada deportista debe escoger el camino que le toque, siendo el responsable de dar dos vueltas.



ENTRADA A META



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

ENTRADA A META

- **RECUERDA DEVOLVER EL CHIP**
- **LAS DUCHAS ESTÁN A TU DISPOSICIÓN**
- **TIENES FRUTA Y BEBIDAS AL TERMINAR PARA REPONERTE**
- **CONSERVA TU DORSAL PARA DISFRUTAR DE UN PLATO DE PAELLA**



GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN

**¡TE ESPERAMOS ESTE SÁBADO
PARA DISFRUTAR DEL
DEPORTE CON NOSOTROS!**

No te pierdas ninguna novedad del evento en:



Facebook



Instagram



Página web



Twitter



Youtube

Consulta tus dudas en:



eventosdeportes@ugr.es



UNIVERSIDAD
DE GRANADA